

DESAFIOS DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR DO BEBÊ PELOS PAIS E CUIDADORES

¹Walesca Almeida da Silva; ²Caren Cristine Oliveira Gomes; ³Júlia França Torres; ⁴Lorena Vitória Abreu Silva; ⁵José Gerefson Alves

^{1,2,3,4}Acadêmico de Enfermagem, Universidade Estadual do Ceará (UECE), Fortaleza, Ceará, Brasil; ⁵Enfermeiro. Mestrando em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Ceará, Brasil.

Eixo Temático: Pediatria em Saúde.

E-mail do Autor Principal: walesca.almeida@aluno.uece.br.

Resumo

INTRODUÇÃO: Após os 6 meses de vida do bebê, começamos o que chamamos de introdução alimentar, que pode ser definido pela prática inicial da oferta de frutas e legumes a essa criança. A introdução alimentar deve ser realizada de forma gradual, respeitando as necessidades do bebê e as condições socioeconômicas da família. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão narrativa, que utilizou os seguintes descritores DeCS: *Infant Nutrition AND Infant AND Parents AND Caregivers* nas bases de dados MEDLINE, LILACS, BDNF, IBICS e foram encontrados 2346 artigos, aplicando os critérios de exclusão e inclusão foram selecionados 193 artigos. **DESENVOLVIMENTO:** É muito comum a dificuldade durante a transição do aleitamento materno para alimentação complementar. Entre seus determinantes multifatoriais pode-se descartar a exposição do uso de telas, devido ao marketing de produtos alimentares industrializados que as crianças são submetidas, pois os ultraprocessados podem influenciar nos índices antropométricos, e na predisposição a diabetes mellitus e obesidade infantil. Assim como, o método BLW pode causar risco de engasgo e não proporcionar a quantidade e variedades de nutrientes necessários para alimentação. **CONCLUSÃO:** Logo, os alimentos ultraprocessados, o uso de telas e o método de alimentação complementar BLW contribuem como um dos principais desafios enfrentados pelos pais, para uma introdução alimentar infantil saudável.

Palavras-chave: Infant Nutrition; Infant; Parents; Caregivers.

1 INTRODUÇÃO

Até os 6 meses de vida da criança, o leite materno é mais do que suficiente para a alimentação do bebê. Após esse período, começamos o que chamamos de introdução alimentar, que pode ser definido pela prática inicial da oferta de frutas e legumes a essa criança. É muito comum a dificuldade na transição do aleitamento materno para a alimentação complementar, sendo seus determinantes multifatoriais (MENEZES, L.V.P; STEINBERG, C; NÓBREGA, A.C. 2018).

A introdução alimentar deve ser realizada de forma gradual, respeitando as necessidades do bebê e as condições socioeconômicas da família. A introdução alimentar tradicional, que é recomendada pelas diretrizes da Organização Mundial da Saúde

determina que a oferta deve ser variada, porém sempre em formas de purês e papas. E que, ao longo do crescimento e desenvolvimento da criança, os alimentos devem ser apresentados em pedaços e, após um ano, deve ser oferecido os alimentos em sua consistência normal (SCARPATTO, C.H; FORTE, G.C. 2018).

Portanto, uma alimentação apropriada nos dois primeiros anos de vida, promove o desenvolvimento e crescimento adequado para as crianças. Pois, um aleitamento menor que o esperado, contribui como uma das principais causas de desnutrição nos ciclos iniciais de vida, assim como, uma introdução nutritiva complementar segura e propícia, colaboram em reduzir as taxas de nanismo aos 24 meses, como poderiam evitar a ocorrência de mortes nos menores de cinco de idade a cada ano (MASUKE et al. 2021).

Desse modo, o objetivo deste trabalho é identificar na literatura, os desafios enfrentados pelos pais e/ou cuidadores na introdução alimentar do bebê.

2 METODOLOGIA

Trata-se de revisão integrativa realizada em maio de 2023. Seguindo as seguintes etapas: i) formulação da pergunta norteadora; ii) busca da literatura; iii) determinação dos critérios de inclusão e exclusão; iv) seleção e análise dos dados; v) síntese das evidências e vi) reflexão sobre os resultados.

A busca ocorreu via Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior nas bases e bibliotecas de dados Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos da América (MEDLINE), Literatura Latino Americana em Ciências de Saúde (LILACS), Biblioteca Virtual em Saúde Enfermagem ou Bases de dados de Enfermagem (BDENF), Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências da Saúde (IBECS).

Empregou-se os descritores em ciências da saúde (DeCS) e a estratégia de busca: *Infant Nutrition AND Infant AND Parents AND Caregivers* resultando em 2346 estudos. Aplicaram-se os filtros: tipo de documento (artigo), texto completo disponível; idiomas (português, inglês e espanhol); e sem recorte temporal.

Foram incluídos estudos que respondessem à pergunta norteadora. Excluíram-se 70 estudos repetidos e 2083 não pertinentes à temática, obtendo-se 193 artigos para compor a pesquisa. Esses foram analisados na íntegra de forma interpretativa, apresentados de forma descritiva e discutidos conforme literatura científica.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA OU RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os primeiros 1.000 dias de uma criança, período considerado desde o primeiro dia da gravidez até os 2 anos de idade, são de uma importância e impacto principal, do caráter biológico ao intelectual e social desse ser. Ademais, estudos demonstram relação entre saúde ao longo da vida e práticas alimentares nos dois primeiros anos da existência humana (NEVES, A.M; MADRUGA, S.W. 2019).

Dessa forma, ter uma alimentação nutritiva é um dos primeiros passos a serem realizados para garantir um estilo de vida saudável, mantendo equilibrado a média de peso e ajudando a prevenir a obesidade. Contudo, as mídias são uma constante ameaça aos hábitos alimentares saudáveis das crianças, por serem fortemente influenciadas pelo uso ilimitado de telas, tais como celular, TV e tablet.

Pois, as crianças são expostas a inúmeras propagandas de alimentos de baixo teor nutricional, sofrendo um processo de alienação diante o marketing a que são associados a esses produtos, devido a inconsciência de que toda sua composição (marca, embalagem, rótulo, brinquedos, desenhos) são planejadas com o intuito de conquistar a atenção do público infantil, para que o produto seja aderido pelos pais, devido a preferência do filho. Por isso, seu consumo de forma regular e excessiva pode ocasionar inúmeros impactos para a criança durante seu desenvolvimento alimentar, podendo posteriormente desenvolver a diabetes mellitus, e até mesmo a obesidade citada anteriormente. (NAVAS, V.V; SIMO, M. J. M; PADILLA, R. A. A. 2020).

Outro fator de grande relevância, está relacionado a alimentação dos pais, pois quando a alimentação familiar é constituída de produtos ultraprocessados, na maioria dos casos as crianças possuem a alimentação que se assemelha ao dos pais, facilitando um contato prévio com diversos alimentos que não deveriam ser oferecidos durante a introdução alimentar, visto que uma alimentação repleta de doces e alimentos industrializados, favorecem para que as crianças no decorrer da introdução alimentar, tenham contato com alimentos como biscoitos recheados, sucos industrializados e chocolates, podendo influenciar no aumento dos índices antropométricos como o Índice de massa corporal (IMC) ou predisposição a diabetes. (SOARES et al., 2022).

A partir de estudos analisados, é possível perceber que o doce é precocemente introduzido na dieta alimentar. Dessa forma, esse consumo desenfreado de alimentos ricos em açúcares e em gordura, contribuem para o excesso de peso na população pediátrica, o que

favorece o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) ou um prejuízo para a saúde bucal desses seres (REIS et al., 2022).

Além dos fatores já citados, o aumento da ingestão de produtos ultraprocessados colabora com aumento da obesidade infantil, e pode contribuir com o surgimento de doenças como alergias e a dificuldade de absorção, já que esses produtos possuem valor calórico elevado. Essa mudança de hábito, auxiliou com a mudança do perfil epidemiológico nutricional do Brasil, onde as doenças relacionadas ao excesso de peso, hipertensão e diabetes estão acima das doenças relacionadas à carência nutricional (LOPES et al., 2020)

O método de alimentação complementar baby-led weaning (BLW) consiste no encorajamento da criança em pegar os alimentos na consistência habitual e levá-los à boca. Dessa forma, o bebê por meio desse modelo define a quantidade e a preferência em comer determinado alimento. O BLW facilita o desenvolvimento da coordenação motora, por meio dos estímulos feitos pelo contato com os alimentos. Além disso, outro fator consequente desse modo de introdução alimentar, é o bem estar proporcionado por uma alimentação mais tranquila a qual respeita o tempo da criança.

Entretanto, o BLW causa preocupação entre os pais, principalmente em relação ao medo do engasgo devido ao tamanho dos pedaços de alimentos que o bebe leva até a boca. Estudos científicos mostram que bebês de 6 a 7 meses de idade têm capacidade de desenvolvimento para comer uma variedade de sólidos. A evitação de alimentos sólidos pode, no futuro, resultar em recusa alimentar ou alimentação seletiva. (Bialek-Dratwa, 2022)

Ademais, outro ponto relevante acerca da BLW é a possibilidade de a criança não realizar a ingestão necessária de alguns nutrientes, devido esse modo de alimentação não ter um controle acerca da quantidade e variedade durante o momento da refeição. Dessa forma, os pais encontram dificuldades em manter esse modelo atrelado a um ganho nutricional saudável para a criança.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em conclusão, os estudos analisados abordam os principais desafios na introdução alimentar, sendo eles o uso excessivos de telas, que podem acabar influenciando na alimentação, as comidas ultraprocessadas com o surgimento de doenças crônicas. Assim como, o método de alimentação complementar BLW pode colaborar com os riscos de engasgo no bebê. Logo, é de suma importância uma introdução alimentar segura e de qualidade na infância,

pois uma nutrição eficaz irá contribuir para um desenvolvimento saudável e para realização de bons hábitos alimentares no futuro.

REFERÊNCIAS

MENEZES, L.V.P.; STEINBERG, C.; NÓBREGA, A.C. Alimentação complementar em recém-nascidos prematuros. **CODAS**. 2018. DOI: 10.1590/2317-1782/20182017157. Acesso em: 22 maio 2023.

SCARPATTO, C.H.; FORTE, G.C. Introdução alimentar convencional versus introdução alimentar com baby-led weaning (BLW): revisão da literatura. **Clin Biomed Res**. 2018. p. 292-296. DOI: <https://doi.org/10.4322/2357-9730.83278>. Acesso em: 29 maio 2023.

NEVES, A.M.; MADRUGA, S.W. Alimentação complementar, consumo de alimentos industrializados e estado nutricional de crianças menores de 3 anos em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil, 2016: um estudo descritivo. **Epidemiol. Serv. Saude**. 2019. DOI: 10.5123/S1679-49742019000100019. Acesso em: 23 maio 2023.

MASUKE, R. *et al.* Effect of inappropriate complementary feeding practices on the nutritional status of children age 6-24 months in urban Moshi, Northern Tanzania: Cohort study. **PLOS ONE**. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250562>. Acesso em: 30 maio 2023.

ANANE, I.; NIE, F.; HUANG, J. Padrão socioeconômico e geográfico de consumo de alimentos e diversidade alimentar entre crianças de 6-23 meses de idade em Gana. **Nutrients**. 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu13020603>. Acesso em: 30 maio 2023.

REIS, R. A. *et al.* Análise da prevalência do consumo de açúcar em consultas de puericultura. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.** v. 22, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202200030011>. Acesso em: 20 maio 2023.

SOARES, M. M. *et al.* Características maternas e infantis correlacionadas à frequência do consumo de alimentos ultraprocessados por crianças de 6 a 24 meses. **Rev. Bras. Saude Mater.**, v. 22. p. 375-383. 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9304202200020010>. Acesso em: 22 maio 2023.

LOPES, W. C. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados por crianças menores de 24 meses de idade e fatores associados. **Rev. Paul Pediatr.**, v. 38, p. 2018277, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2018277>. Acesso em: 22 maio 2023.

NAVAS, V.V; SIMO, M.J.M; PADILLA, R.A.A. The effects of foods in entertainment media on children's food choices and food intake: A systematic review and meta-analyses. **Rev. Article in Nutrients**. Acesso em: 22 maio 2023.

DRATWA, A.B.; SOCZEWKA, M.; GRAJEK, M.; SZCZEPANSKA, E.; KOWALSKI, O. Use of the Baby-Led Weaning (BLW) Method in Complementary Feeding of the Infant—A Cross-Sectional Study of Mothers Using and Not Using the BLW Method. **Nutrients**. 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu14122372>. Acesso em: 22 de maio de 2023.